

500

astuces

amoureuses



*une sexualité harmonieuse
pour une intimité et une
passion sans limites*

Michael Webb

VISIT...

LANZAROTE
Caliente.COM

500 Astuces amoureuses :

Une sexualité harmonieuse pour une intimité et une passion sans limites

Je suis ravi que vous vous donniez du mal pour améliorer votre relation de couple, en y instillant plus de passion, d'amour, pour une plus grande intimité (ou pour préparer votre future intimité). J'espère que vous n'allez pas vous jeter directement sur les conseils sexuels, en effet ces quelques premiers chapitres sont selon moi la partie la plus importante du livre.

ROMANTISME VS. SEXUALITE

Depuis que j'ai commencé à écrire des livres consacrés au romantisme et à la vie de couple, j'ai toujours essayé de faire comprendre que la romance ne se résume pas au sexe. Quand une femme dit qu'elle veut davantage de romantisme de la part de l'homme de sa vie, elle veut rarement dire par là qu'elle veut qu'il lui fasse plus l'amour. Cette précision est nécessaire car, malheureusement, avec le temps le mot «romance» devient synonyme de sexe.

Vous pouvez (et vous devez lorsque vous faites votre cour) nouer une relation hautement romantique sans être sexuellement intime.

Alors que le romantisme joue un rôle important dans l'acte d'amour, le vrai romantisme ne doit pas servir d'outil pour pousser quelqu'un à faire l'amour, ou à accorder une faveur sexuelle. Le romantisme est une façon de faire comprendre à quel point vous tenez à l'autre.

Cela ne veut pas dire non plus qu'il ne faut pas être romantique lorsque vous faites l'amour. Les meilleurs câlins ont toujours une part de romantisme. Si la passion s'est estompée dans votre couple, c'est probablement parce que le romantisme a disparu lui aussi. Le romantisme est le meilleur préliminaire que vous pouvez utiliser pour attiser la passion chez votre épouse. Si vous ne lui apportez aucune preuve de vos sentiments, si vous n'entretenez pas la romance en lui faisant savoir à quel point elle est importante pour vous, il lui sera difficile de rester passionnée, y compris entre les draps.

Pour enflammer votre femme, commencez par des attentions et des gestes romantiques. Vous trouverez des centaines d'idées drôles, originales et très abordables dans mon site web TheRomantic.com

DANS L'AMOUR, LE MEILLEUR MOMENT C'EST...

Ces dernières années ont vu défiler quantité de sondages qui demandaient aux hommes et aux femmes d'évaluer leurs vies sexuelles. Les résultats étaient invariablement les mêmes, en dépit de la fixation, voire de la promotion, que font les médias du sexe libre ou débridé. Ceux qui jugent le plus positivement leur vie sexuelle sont les couples qui ont réussi un mariage heureux. Et ceux qui ont eu le moins grand nombre de partenaires avant le mariage notent encore mieux leur vie intime. Nombreux sont ceux qui ont la fausse impression qu'un plus grand nombre de partenaires avant le mariage fait de vous un meilleur amant. Des partenaires multiples font en fait de vous un amant cynique et critique.

Certains craignent que, s'ils ne couchent pas avec la personne qu'ils fréquentent, ils ne sauront pas s'ils sont «sexuellement compatibles» avec leur futur conjoint. Il est inutile de se trouver au lit avec quelqu'un pour connaître ses pensées, ses sentiments et ses désirs quant au sexe. Si vous lisez mon livre électronique 500 Questions Intimes pour Couples avant de vous marier, vous connaîtrez votre compatibilité en matière de sexe et de nombreux autres sujets.

Certains pensent aussi qu'une sexualité satisfaisante rendra leur relation satisfaisante. Mais le sexe torride ne fera que cacher temporairement les véritables problèmes qui détruisent peut à peu votre couple. Jusqu'à ce que vous les résolviez, vos étreintes ne seront jamais vraiment satisfaisantes. Jetez un oeil à mon livre 50 Secrets of Blissful Relationships pour vous aider à savoir ce qui peut manquer à votre couple.

Une sexualité grandiose (ou le manque de sexualité grandiose) ne fera ni ne détruira un couple solide.

N'ECOUTEZ PAS N'IMPORTE QUI

Je reçois chaque mois des millions de visites sur mon site TheRomantic.com. D'après l'analyse des requêtes soumises à mon moteur de recherche et des questions qu'on me pose, nombreux sont ceux qui cherchent des conseils pour bien faire l'amour. J'ai donc décidé l'année passée de rechercher des livres ou des sites web proposant de véritables conseils, vers lesquels je pourrais renvoyer mes visiteurs. J'ai été CHOQUE par ce que j'ai découvert.

Durant mes recherches, j'ai lu plus de 50 livres et 100 articles de magazines donnant des conseils sexuels, des idées ou des avis. Ce que j'ai trouvé peut être résumé en une citation sortie de l'un de ces livres : *«Malheureusement, les jours du sexe complètement insouciant sont terminés»*. Je ne pouvais pas y croire. Pratiquement tout ce que j'ai lu partait du principe de base : *«Si ça fait du bien, faites-le»*, sans s'inquiéter de savoir si c'était bon ou non pour votre relation ou votre organisme. Presque tous ces auteurs considéraient le sexe comme quelque chose qui donne un plaisir immédiat, et non comme quelque chose qui crée de l'intimité. Pas étonnant que les couples et les mariages d'effondrent si rapidement.

J'ai lu les biographies et toutes les informations disponibles sur les auteurs (les «sexperts») de la cinquantaine de livres que j'ai lus. Si je suis convaincu qu'il existe des experts qui vivent un mariage épanoui, ce n'était pas le cas de ceux dont j'ai lu les bios. Ces donneurs de conseils sont d'anciennes strip-teaseuses ou prostituées, des «thérapeutes» sexuels qui couchent avec leurs clients, des hommes et des femmes qui remercient les douzaines -quand il ne s'agit pas de centaines- de gens qui ont dormi avec eux, des auteurs engagés dans des relations «ouvertes» et même certains qui promeuvent les orgies et l'échangisme. Pas exactement le genre de personnes dont j'accepterais des conseils en matière de relations humaines.

Pratiquement tous les livres que j'ai lus comportaient un chapitre rassurant sur les meilleurs moyens de vivre le sexe sans risque ou «safe-sex». Quand j'ai commencé la lecture de ces conseils, j'ai compris pourquoi, dans la majorité de ces documents, 25 à 90% de ce qui était écrit était immoral, malsain et, si on l'appliquait, aurait pour conséquence de contracter une MST ou pire. Pas le genre de conseils qui vous permet de construire une relation proche. En fait, si vous suiviez certains de ces trucs, astuces ou idées, cela détruirait très certainement votre relation actuelle et vous rendrait très difficile le fait d'en nouer d'autres dans l'avenir.

Qu'en est-il du Kama Sutra? Beaucoup vénèrent ce livre comme s'il s'agissait de la Bible de l'Art de Faire l'Amour. A l'évidence, ils ne l'ont pas lu. Ce livre a été conçu comme un guide pour donner à l'homme davantage de plaisir, sans se soucier ni des femmes, ni d'une quelconque forme de moralité. Certaines parties expliquent comment séduire des femmes mariées pour qu'elles tuent leurs maris, participent à des orgies, et bien d'autres pratiques dont on ne peut qu'être horrifié. Voici quelques-uns des mauvais conseils donnés par le Kama Sutra : «...en projetant fortement son bas-ventre contre le pubis de la femme, la saisit par les cheveux et reste accroupi sur elle afin de pouvoir la griffer, la mordre ou la frapper». On est loin de l'image d'Epinal que tout le monde s'en fait.

Le simple fait qu'une culture est ouverte dans le domaine du sexe ne signifie pas que la mise en application de ses concepts débouchera sur une quelconque forme de plaisir durable, ou d'amélioration de l'intimité. En fait, c'est même là que l'on trouvera le plus faible taux de satisfaction dans le couple. Les pratiques sexuelles et les croyances qui ont cours dans ces sociétés sont généralement destinées à satisfaire les hommes tout en étant dégradantes pour les femmes et dangereuses pour les familles.

De fait, vous devez faire TRES ATTENTION quand vous cherchez des idées pour améliorer votre vie sexuelle. Même si vous ne voulez qu'améliorer l'entente dans votre couple, certains conseils vous amèneront tout droit à l'opposée.

Ceci est mon huitième livre, et c'est celui que je ne pensais jamais écrire. J'ai pourtant pensé qu'il était de mon devoir de le faire après avoir vu tout ce qui était proposé à ceux qui, en toute bonne foi, voulaient améliorer l'harmonie sexuelle dans leur couple. Je vous promets qu'aucun de mes conseils n'est :

- ♣ immoral
- ♣ dégradant
- ♣ pervers
- ♣ vulgaire

Ainsi, si ces idées que je vous propose sont utilisées pour améliorer la sexualité d'un mari et d'une femme qui restent fidèles (et médicalement sains), il n'y a pratiquement aucune chance pour contracter quelque maladie que ce soit. Si vous ne suivez pas mes conseils, préparez-vous à en attraper au moins une, considérant que 25% de la population adulte - aux USA par exemple, est porteur d'une MST (maladie sexuellement transmissible). Un taux bien plus important lorsque l'on considère les célibataires sexuellement actifs.

FAUT-IL TOUT ESSAYER ?

Qu'un conseil figure dans ce livre ne signifie pas que vous devez forcément l'appliquer (ma femme et moi-même n'appliquons pas tous les conseils du livre). Votre épouse peut avoir des réserves, des blocages, des phobies ou même des interdits religieux qui lui interdisent certaines pratiques amoureuses. Vous devez respecter cet état de faits. L'un de vous peut prendre du plaisir dans une position ou un mouvement particulier tandis que l'autre en ressent de la gêne. Ne demandez jamais à votre épouse de faire quelque chose qu'elle n'aime pas. A l'inverse, si c'est une proposition que fait l'autre pour donner du plaisir, alors c'est une autre démarche, et il est possible d'accepter.

Vous remarquerez que certaines pratiques sont absentes de ce livre. Certaines, comme les orgies ou l'échangisme posent clairement des problèmes sanitaires. D'autres sont à ranger dans une zone floue, qui ne sont pas clairement bien ou mal, mais que je ne me sens pas en mesure de vous recommander tant le risque est important.

Enfin, certaines idées ne sont peut être pas simplement «votre genre» et c'est parfaitement légitime.

LA MASTURBATION : BIEN OU MAL ?

C'est un domaine où les gens ont des opinions très tranchées. Et puisque je mentionne cette pratique dans certains conseils, il me semble indispensable de clarifier certains points. Bien des lecteurs de ce livre ont été élevés dans le respect de l'Eglise Catholique et ont appris que la masturbation est un péché. J'ai beaucoup lu sur cette question et le fait est que la Bible n'y fait jamais référence. Certains ont détourné le passage où un homme est châtié pour avoir «répandu sa semence sur le sol», ce qui semble conférer un aspect répréhensible à cette pratique. L'écriture indique en réalité qu'il est châtié parce qu'il se refusait à obéir à la loi de l'époque, qui le mettait en demeure d'inséminer la veuve de son frère. Aucune Eglise Catholique n'indique que «refuser de coucher avec la femme de votre frère décédé» est un péché.

De nombreuses écritures disent aussi qu'avoir une relation sexuelle avec une autre personne que votre conjoint est un péché. La liste des péchés de cet ordre est également indiquée. Si la masturbation était un péché, nul doute que les écritures en parleraient. Vous amener à l'orgasme ou profiter des plaisirs sexuels que Dieu a prévus en vous n'est pas mal. Cependant, pour des personnes pratiquantes qui ont des principes (et vous devriez en avoir), la masturbation peut vous mener à faire des choses qui peuvent être des péchés, ou mettre à mal votre mariage si vous n'y prenez pas garde. La Bible donne des indications que vous devriez suivre lorsqu'il s'agit de masturbation (que certains appellent plaisir solitaire).

La masturbation est mal si :

- Elle devient une obsession (difficile à arrêter lorsque l'on commence)
- Elle vous éloigne de toute intimité avec votre conjoint
- Elle s'accompagne de fantasmes qui ne concernent pas votre conjoint

Certains ont indiqué que la masturbation augmente le désir sexuel au sein du couple. Ceux qui ont un faible appétit sexuel peuvent amener leur corps à concevoir davantage de désirs à travers la masturbation. On peut l'utiliser au téléphone lorsque votre moitié est en déplacement, ou simplement y recourir pour prévenir toute tentation sexuelle lorsque l'on est séparé trop longtemps. Enfin, certaines femmes ne peuvent avoir d'orgasme qu'avec une stimulation manuelle (elles peuvent montrer à leurs maris comment s'y prendre).

ET CES SEX-TOYS / ACCESSOIRES / COMPLEMENTS ?

Nombreux sont ceux qui pensent que mettre autre chose dans leur lit que des corps nus est une erreur. Il est vrai que vous ne devriez jamais rien laisser devenir plus important que le plaisir que vos corps peuvent se donner. Mais vous devez aussi considérer que, dans certaines conditions, un homme peut ne plus être en mesure de satisfaire sa femme. Cela peut être pour des raisons médicales (opérations de la prostate), complications, ou simplement un effet de l'âge. Et si elle désirait davantage de stimulations que vos mains pouvaient lui donner ? Est-ce que vous la caresseriez avec un appareil ou est-ce que vous lui refuseriez le plaisir qu'elle attend ?

Et qu'en est-il des plumes, des bandeaux, des glaçons ? Est-ce que vous les accepteriez ? Et si la pénétration était douloureuse pour votre épouse en raison de sécheresse vaginale, est-ce que vous utiliseriez des lubrifiants ? Ce ne sont que quelques points à considérer. Oui, il faut mettre des limites mais lorsque vous tracerez la ligne à ne pas franchir, mettez-y de l'amour, du bon sens et de la sagesse. Le fait que vous ne soyez pas (encore) à l'aise avec quelque chose ne signifie pas que vous ne devez pas l'utiliser pour pimenter vos câlins. Malheureusement, certains couples n'ont jamais connu que la position du missionnaire tout au long de leur mariage parce qu'elle est confortable, et parce qu'ils ont eu peur d'essayer autre chose.

Mais si vous ne parvenez pas à avoir des relations satisfaisantes sans utiliser d'accessoires ou de jouets, alors vous comptez probablement trop sur eux. Les femmes qui se sont habituées à ne jouir qu'au moyen d'un vibromasseur (cela peut être corrigé avec le temps) mettent à mal leur relation et devraient se passer de leur joujou pendant un moment.

Naturellement, il y a certains accessoires que je ne recommanderai jamais car ils peuvent mettre en péril votre couple (des instruments de «torture» par exemple).

Parmi la centaine d'astuces et de secrets réunis dans ce livre, vous en trouverez que vous pourrez incorporer de temps en temps dans vos étreintes pour y ajouter un peu de sel...

LA PORNOGRAPHIE POUR FAIRE L'AMOUR ?

Un conseil que j'ai fréquemment rencontré dans les dizaines de livres que j'ai lus concerne l'utilisation de la pornographie pour pimenter votre vie intime. Je ne peux pas être moins d'accord.

Sous ces multiples formes, la pornographie est un élément artificiel ou extérieur que les gens utilisent pour obtenir une excitation sexuelle. A bien des égards, elle agit comme une drogue. Il y a un vrai danger à utiliser un tel produit pour se stimuler. Voici quelques-uns des traquenards de la pornographie.

- Au bout d'un temps, elle devient nécessaire à l'excitation
- Presque tout le porno est créé pour satisfaire des hommes. Les femmes n'aiment pas les acrobaties auxquelles se livrent les actrices.
- Vous comparerez votre couple avec ce que vous avez vu à l'écran, ce qui est complètement irréaliste.
- Vous ne parviendrez JAMAIS à sortir ces images de votre tête.
- Le porno est généralement dégradant pour les femmes, et vous ne vous rendrez pas compte que vous dégradez votre épouse.
- Vous allez naturellement développer des fantasmes sur les beaux hommes/belles femmes que vous verrez à l'écran, et désirerez être satisfaits uniquement avec des partenaires comme eux.
- Vous aurez un vrai désir de recréer ce que vous avez vu, même si c'est dangereux pour votre relation.
- Il vous faudra de plus en plus de pornographie pour vous exciter.
- Vous deviendrez accro à coup sûr, si ce n'est pas déjà le cas.
- Une grosse proportion des accros au porno ont des partenaires multiples.
- Un très fort pourcentage (certains disent 100%) des tueurs en série ont reconnu avoir une addiction à la pornographie
- Les personnes qui ont une addiction au porno sont statistiquement celles qui ont la vie sexuelle la moins satisfaisante
- Si vous avez recours au porno, vous trouvez votre satisfaction avec d'autres personnes, ce qui va démoraliser votre conjoint
- Certains finissent par être tellement impliqués dans la pornographie qu'ils en perdent toute intimité avec leur mari ou femme.

Ne tombez pas dans le piège de l'utilisation de la pornographie comme remède sexuel. Cela peut être excitant à court terme mais cela finira par ruiner votre vie sexuelle. Si vous devenez accro, voici un site web que vous pourrez consulter pour faire face au problème : pureintimacy.org

PROFITER AU MAXIMUM DE CES CONSEILS

Vous remarquerez que les trucs et astuces présentés ici ne sont pas classés dans des catégories bien définies. Il y a deux raisons à cela. Ces idées pourraient chacune entrer dans plusieurs catégories, il est donc difficile de les organiser précisément. La seconde raison est que vous seriez naturellement tenté d'aller directement vers les sections qui vous intéressent et rater ainsi certaines informations qui valent le détour. Cela ne vous prendra pas trop de temps de parcourir toutes les idées du livre.

Je vous suggère d'imprimer les pages de conseils et de cocher ceux qui vous intéressent, pour que votre femme puisse mieux connaître vos pensées et sentiments. Repérez bien les idées que vous voulez VRAIMENT essayer, barrez celles qui vous déplaisent et laissez en blanc celles qui vous paraissent bien, mais qui peuvent attendre d'avoir essayé les autres.

Donnez cette version annoncée à votre moitié et demandez-lui de faire également son choix, en utilisant une autre couleur de stylo. Ou, mieux, imprimez une copie pour chacun de vous et échangez les après les avoir notées pour connaître les préférences de l'autre.

Bien sur, si vous voulez garder ce document secret pour garder l'effet de surprise, c'est une solution très acceptable...

500+ SECRETS AMOUREUX

01. Place à la passion avec une chasse au trésor pleine de séduction ! Commencez par un mot manuscrit glissé dans une enveloppe, qui indique à votre partenaire de regarder dans le congélateur (ou ailleurs) si elle veut faire l'amour. Vous y aurez placé des dessous affriolants, un sex-toy ou tout autre objet accompagné d'un mot qui l'enverra chercher dans un autre endroit. Faites-la aller vers plusieurs emplacements différents pour finalement arriver à un mot qui lui donnera rendez-vous pour une étreinte torride.

02. Rendez vos baisers encore plus excitants en mettant de la glace sur votre langue, ou en buvant un liquide glacé avant d'embrasser.

03. Echauffez vos baisers en buvant un thé ou un chocolat chaud (l'haleine de café est souvent désagréable). Assurez-vous d'avoir la langue assez chaude avant de l'utiliser sur les lèvres de votre compagne.

04. Recouvrez son lit de pétales de fleurs, et rendez-lui hommage.

05. Offrez à votre amoureuse un bon massage plantaire, avec de l'huile de menthe ou de la lotion. Séchez avec une serviette chaude et moelleuse.

06. La position du missionnaire peut faire l'affaire pendant un moment mais il suffit d'un rien pour la pimenter. Mesdames, essayez de tendre els jambes vers le haut puis de les croiser.

07. Trouvez un grand miroir, posez-le au sol et faites l'amour en levrette au-dessus.

08. Trouvez un masque de carnaval à porter pour votre prochain câlin. Cela ajoute du mystère et permet d'être un peu plus joueur.

09. En préliminaire, prenez le temps de vous laver mutuellement les cheveux et de vous masser sensuellement le cuir chevelu.

10. Pendant que vous lavez les cheveux de votre partenaire, shampouinez, massez et rincer ses poils pubiens également.

11. Quand il fait frais ou froid dehors, conduisez un peu le temps de faire chauffer le moteur puis retournez à votre garage (moteur coupé) ou à tout autre endroit où vou spourrez tranquillement faire l'amour sur le capaud réchauffé.

12. Evitez le lit qui grince. Pour beaucoup, c'est un tue l'amour.

13. En parlant de literie, investissez dans de bons oreillers. Ils pourront être utiles lorsque vous ferez l'amour et ils rendront le lit plus joli.

14. Il est inutile d'attendre que votre homme soit en érection pour le prendre dans votre bouche. Il appréciera la sensation de succion pendant qu'il est flacide. Vous pouvez prendre tout son membre dans votre bouche, et avec le mouvement d'aspiration vous aurez rapidement toute son attention.

15. Oui, les lèvres sont très attirantes pour bien des hommes. Si les vôtres sont fines, souriez ! Cela les étirera, les rendra plus grandes et plus sexy.

16. Emportez une loupe avec vous au lit, et utilisez-la pour vous étudier mutuellement les parties génitales.

17. Si vous êtes sportif, montrez-lui vos muscles en faisant des pompes nu pendant que vous êtes au-dessus d'elle. Quand vous aurez fini vos exercices, pénétrez-la. Plus vous serez capable d'enchaîner les mouvements, mieux vous serez disposés pour la suite.

18. Dans toute variante du missionnaire, placez un ou deux oreillers sous ses reins. Cela réhaussera ses hanches et elle se sentira plus profondément pénétrée. Une position déconseillée toutefois si le sexe de l'homme est déjà trop long pour sa partenaire.

19. Placez un donut autour de votre pénis et proposez à votre épouse de le picorer jusqu'à ce qu'il ait disparu.

20. Versez un peu de champagne dans votre nombril et proposez à votre conjoint de prendre un verre...

21. Utilisez un peu du champagne pour le verser entre ses jambes pour une stimulation pétillante. Et offrez un verre à votre...

22. Si votre femme souhaite utiliser un vibromasseur dans votre vie intime (ou l'utiliser pour se masturber en votre absence), n'en choisissez PAS un qui reproduise le sexe d'un homme. C'est frustrant pour bien des hommes. Utilisez-en un qui ait une forme générique ou faites un moulage de votre propre sexe. Consultez les liens suivants.

23. La majorité des femmes trouve dégradante l'éjaculation faciale. Si toutefois vous voulez le faire, attendez de prendre une douche ensemble.

24. Pour des calins vraiment romantiques, répandez des pétales de rose sur les draps (attention : si vous les laissez, ils tacheront les draps quand vous les écraserez

25. Faites glisser doucement vos ongles le long de ses fesses jusqu'à l'arrière de ses cuisses.

26. Un massage des oreilles peut être très agréable. Utilisez une petite dose d'huile de massage tiède et faites rouler les oreilles entre le pouce et l'index.

27. Les orgasmes simultanés sont plutôt surfaits. Plutôt que chercher un orgasme à partager ensemble, attachez vous tous les deux lui faire atteindre à elle un orgasme complet dont vous pourrez profiter à deux. Après coup, vous pourrez vous concentrer sur votre propre explosion. Ainsi, chacun de vous deux pourra profiter de l'énergie dégagée par deux orgasmes ou plus. Les femmes sont fréquemment plus excitées près l'orgasme, elles profiteront d'autant plus des sensations de leur partenaire.

28. Bien des hommes prennent pour un échec de ne pas pouvoir mener leur compagne à l'orgasme. C'est parfois le cas lorsqu'il éjacule trop tôt, mais c'est peut-être aussi parce qu'elle n'est pas en mesure de prendre du plaisir. Messieurs, comprenez que pour la majorité des femmes, faire l'amour n'est pas une quête de l'orgasme, contrairement à ce que recherchent les hommes. C'est un bénéfice induit apprécié, mais pas indispensable pour profiter au mieux de vos étreintes.

29. Avoir des orgasmes simultanés a quelques avantages. S'il est généralement plus agréable de jouir lors de la pénétration où chacun peut sentir le corps de l'autre, vous pouvez également recourir à la masturbation côte à côte. Utilisez un système numérique de 1 à 5 où vous compterez à voix haute jusqu'à ce que vous atteigniez 5 (l'orgasme) ensemble. Le premier qui arrive à 4 devra y rester jusqu'à ce que le partenaire le rejoigne afin que vous puissiez finalement exploser ensemble.

30. Quand elle est excitée, prenez délicatement son entre vos lèvres, et respirez lentement dans son oreille.

31. Il est rare qu'un homme n'aime pas une langue dans son oreille.

32. Il est rare qu'une femme n'aime pas une langue dans son oreille.

33. La langue joue un rôle important dans le sexe oral. Pour donner plus de plaisir à votre mari, essayez de garder votre langue sans cesse en mouvement.

34. Si vous avez du mal à vous « mettre en position », essayez de vous masturber avant de vous retrouver avec votre partenaire. Cependant, arrêtez vous avant d'atteindre l'orgasme. Votre corps sera prêt à aller plus loin lorsque vous vous rencontrerez.

35. En sortant de la douche, « allumez » votre femme en portant seulement une serviette autour de la taille.

36. La grande majorité des femmes ne veut pas coucher avec un homme qui sent ou qui a transpiré.

37. Pour ajouter un peu de fun dans vos étreintes, prenez une bombe de serpentins avec vous au lit.

38. Mesdames, retirez vos sous-vêtements de soie et frottez les testicules de votre homme avec.

39. Certains hommes appellent leurs testicules « bijoux de famille » pour qu'on leur prête davantage d'attention.

40. Faites des câlins funkadéliques et installez un stroboscope dans la chambre.

41. Mesdames, mettez-vous sur le dos. on your backs. Mettez votre homme à quatre pattes au-dessus de vous. Embrassez sa poitrine et descendez peu à peu jusqu'à sa virilité. Avec les mains, ramenez ses hanches à vous et prenez ses testicules dans la bouche, les deux en même temps si possible.

42. Pour ceux qui ont le sens de l'humour, laissez votre femme jouer à la poupée avec votre pénis. Vos enfants ont peut-être des habits de Ken ou autres accessoires, qui seront peut-être à la bonne échelle. Les hommes adorent que l'on joue avec leur sexe, ils l'ont fait eux-mêmes pendant des années... Mais sûrement pas comme ça !

43. Une variante intéressante de l'idée précédente : l'homme déguise son sexe et sa femme doit deviner quelle tenue il porte. Si elle trouve, elle gagne une faveur sexuelle. Si elle se trompe, il en gagne une !

44. Gardez un journal de vos ébats à travers les années. Parfois, ressortez le journal et consultez les détails de vos précédents ébats. Vous n'aurez besoin d'aucun autre stimulant que celui-ci.

45. Quand vos enfants sont loin, essayez leur cabane dans l'arbre ou ailleurs... Vous leur raconterez avec plaisir dans quelques années.

46. Prenez un bain ou une douche ensemble et utilisez le jet massant. Gardez les zones sensibles pour la fin...

47. Parcourez votre maison avec votre femme et notez tous les endroits où vous pourriez faire l'amour. Ecrivez chacune sur un morceau de papier et mettez les tous dans une boîte. Chacun à votre tour, vous tirerez un papier au hasard pour choisir où ça se passera, la prochaine fois.

48. Déposez de l'huile de massage sur sa poitrine et utilisez votre pénis pour masser ses seins et ses têtens.

49. La fumée vous donne une haleine insupportable. En plus, la nicotine réduit considérablement les niveaux de testostérone. Si vous souhaitez une vie amoureuse épanouie, arrêtez de fumer.

50. Quelques conseils lorsque vous irez au hammam ou au sauna ensemble.

- Les huiles essentielles de menthe poivrée, ananas et eucalyptus ont une odeur fraîche et sont bonnes à inhaler.
- Massez-vous mutuellement à l'huile de coco.
- Munissez-vous de pastilles de menthe : elles seront fraîches dans votre bouche.
- Frottez de la pulpe de papaye sur le visage et le dos de votre partenaire.

51. Ne soufflez JAMAIS dans le vagin d'une femme. L'air peut être capturé par le flux sanguin ce qui peut s'avérer fatal.

52. Allongez votre homme sur le dos avec les jambes sur vos épaules. Dessinez un « W » sur ses bourses du bout de la langue. Commencez par un côté du scrotum, remontez vers le milieu à la base du pénis et terminez de l'autre côté. Puis repartez en sens inverse.

53. Les hommes connaissent un pic de testostérone en octobre. Une bonne date pour prévoir une escapade romantique.

54. Lorsque le clitoris est complètement excité, il peut devenir trop sensible pour une stimulation directe. Cela varie selon chaque femme, posez-lui ma question.

55. Louez une limousine dotée d'un écran de courtoisie séparant du chauffeur, et demandez-lui de vous conduire aussi loin que nécessaire, le temps d'un calin sur la banquette arrière.

56. Du bout des doigts, dessinez des messages sur le dos de votre partenaire. Cela peut être aussi bien de petits mots d'amour que de longues demandes de faveurs spéciales.

57. On dit que l'huile essentielle de « faux poivre » est un excitant sexuel. Posez deux gouttes sur un carré de sucre ou dans une cuillerée de sucre en poudre et attendez 30 minutes après l'avoir absorbé pour profiter de ses effets.

58. Certains thés auraient des vertus aphrodisiaques. Personnellement je pense que tout ce que l'on écrit sur les aphrodisiaques sont des inventions ou des histoires de grands-mères. Mais si ça marche pour vous, alors profitez-en !

- Le thé à la gentiane augmente le désir
- Le Saint-John's Wort soigne la dépression, et chez les non-dépressifs les rend d'humeur propice à l'amour.
- L'anis accélère la production d'hormones
- La menthe poivrée prolonge les érections
- Le clou de girofle stimule le pénis.

59. La plupart des hommes délaissent le baiser après le mariage, ou après de nombreuses années de vie commune. Si vous voulez davantage de baisers dans votre relation et pendant l'amour, voici quelques choses à faire.

1. A brûle-pourpoint, demandez-lui de vous montrer ce que ça fait d'être embrassé par vous.
2. Dites-lui que vous allez l'embrasser comme vous aimez l'être
3. Quand il vous embrasse comme vous aimez, montrez-lui en le complimentant et pourquoi pas avec une récompense spéciale.

60. Trop fatigué pour faire l'amour ? Essayez ça. Prenez un bain chaud pendant 10 minutes puis une rapide douche froide. Vos pores seront vivifiés et l'énergie coulera à flots pour vos étreintes.

61. Facilitez-vous l'accès en cas de « petit coup rapide ». Portez une jupe longue et ample qui se relève facilement. Elle vous sera également d'un grand secours pour vous cacher dans des endroits publics.

62. Des panties coupés au-dessus du nombril peuvent vous aider à cacher le ventre, si vous avez quelques rondeurs en trop.

63. Les balançoires sont utilisées depuis des siècles, et elles ont toujours eu un grand succès en raison de leur commodité, notamment pour exécuter certaines positions. Un léger balancement peut produire des orgasmes intenses. Divers modèles sont disponibles [ici](#).

64. Un anneau vibrant permet à l'homme de conserver son érection plus longtemps tandis que le vibreur intégré stimule le clitoris et aidera la femme à atteindre l'orgasme.

65. Cachez une trace de miel sur votre corps et demandez à votre partenaire de la trouver du bout de la langue.

66. Offrez un bain romantique à votre épouse, avant ou après l'amour. Jetez des pétales de rose sur l'eau, allumez des bougies parfumées et passez une musique romantique tout en partageant un verre de votre boisson préférée.

67. Pendant que votre homme s'active sur vous, pressez délicatement ses testicules au rythme de son mouvement.

68. Gagnez des miles de la meilleure façon qui soit en faisant l'amour dans un avion, dès que vous aurez atteint l'altitude de croisière. Les meilleures positions à utiliser dans les petites toilettes de l'appareil est que Monsieur vous pénètre par l'arrière ou debout, face à face. Bonus supplémentaire : le miroir des toilettes. Avant de vous laisser aller à vos étreintes, attendez que le film ait commencé ou que tout le monde se soit endormi durant la nuit.

69. Pendant l'amour, éteignez vos pagers, téléphones fixes et mobiles, tablettes... Tout ce qui pourrait venir vous distraire.

70. Décorez des parties du corps de votre épouse avec un pinceau et de la nourriture comme des sauces, du yaourt, du sirop, de la glace...

71. Ouvrez une tire-lire amoureuse. A chaque fois que vous faites l'amour, mettez-y 1 €, 5 € ou le montant que vous aurez déterminé. Chaque année ou tous les 5 ans, utilisez ces économies pour vous offrir un voyage à deux.

72. Les fruits parfumés et juteux sont parfaits à consommer avant de vous embrasser. Essayez les pêches, prunes poires et nectarines.

73. Une bouche légèrement ouverte permettra des baisers bien plus passionnés qu'une bouche fermée.

74. Un sondage américain du National Opinion Research Center révèle que les adeptes du Jazz sont ceux qui font le plus souvent l'amour. Mettez du Louis Armstrong!

75. L'odeur de la tarte au potiron et de la lavande augmentent le flux sanguin du pénis de 40%.

76. Déshabillez-vous de façon sexy ou faites un petit strip-tease, ce qui excitera grandement votre partenaire. Voici quelques astuces.

- Regardez-le droit dans les yeux
- Deshabillez-vous devant un miroir en pied
- Caressez-vous lentement à des endroits qui vous donnent du plaisir
- Enlevez vos vêtements un à un et très d-o-u-c-e-m-e-n-t
- Caressez votre peau en faisant glisser les vêtements
- Messieurs, si c'est vous qui vous déshabillez, enlevez les chaussettes en premier.
- Enlevez vos dessous en dernier.

77. Essayez d'enlever mutuellement vos sous-vêtements avec les dents.

78. Préparez à votre amoureux un repas entier qu'il mangera sur votre corps. L'entrée sur votre poitrine, le plat principal sur le ventre et le dessert sur votre sexe.

79. Regardez la télévision nus. Pendant la publicité, enlacez-vous passionnément, mais arrêtez immédiatement quand le programme reprend. Cela fera naître l'impatience et la passion.

80. Dans la douche, serrez-vous l'un contre l'autre pendant cinq bonnes minutes le temps que vos respirations se synchronisent. Sèchez-vous l'un l'autre et continuez à partir de là si vous en avez envie.

81. Pressez du raisin sur son corps et léchez ou sucez le jus de là.

82. Ecrasez des baies sur son sexe, et nettoyez avec votre bouche.

83. Dans une piscine ou une étendue d'eau privée, faites la planche et demandez-lui de vous pénétrer en se tenant debout.

84. Rappelez-vous que l'eau froide fait rétrécir le pénis, ne pensez donc pas faire l'amour dans l'eau froide.

85. Quand vous faites l'amour dans l'eau, faites-vous pénétrer avant que l'eau ne dissolve votre lubrification naturelle.

86. Mettez du rouge dans votre chambre. Pour beaucoup, cette couleur aide à susciter la passion et l'énergie.

87. Faites tourner une bouteille, celui vers qui elle s'arrête doit enlever un vêtement

88. Congelez du raisin et utilisez-le dans vos jeux amoureux. Chatouillez ses tétons avec, mettez-en dans votre bouche pendant les caresses buccales.

89. Le sexe tantrique est simplement un nom pour les relations qui mettent en jeu tous les sens et créent une relation passionnée, spirituelle entre deux personnes. Les philosophies occidentales n'ont établi aucun principe sexuel, elles sont simplement l'une des premières cultures à s'en préoccuper. Par voie de conséquence, elles ont encouragé diverses pratiques, donc certaines qui ont nuit aux relations intimes. Soyez prudents lorsque vous vous lancez dans de telles expérimentations.

90. Quand vous pratiquez le sexe oral avec un préservatif (une méthode de prophylaxie des MST dont 25% de la population US est atteinte), vous pouvez agrémentez les choses en utilisant du miel, du chocolat liquide, de la crème fouettée sur le sexe érigé.

91. Dans le bain, faites pleuvoir de l'eau sur les parties sensibles de votre partenaire au moyen d'une éponge naturelle.

92. Les hommes libèrent davantage d'hormones en contractant leurs muscles anaux, ce qui stimule la prostate.

93. Les femmes peuvent contracter leur muscle pelvien puis leurs muscles anaux en alternance pour augmenter leurs sensations sexuelles.

94. L'intérieur de vos lèvres est bien plus doux que l'extérieur. Essayez.

95. Quand vous faites un massage, utilisez de l'huile ou une lotion, si possible, pour que le contact soit doux. Faites des mouvements longs et larges, en gardant les deux mains sur le corps tout le long.

96. Utilisez votre poitrine pour masser ses tétons.

97. Les rocking chairs sans bras peuvent créer des sensations merveilleuses quand elle s'assied sur son pénis et qu'ils se bercent doucement ensemble.

98. Quand vous avez besoin de reprendre votre souffle pendant que vous faites une fellation placez le gland de votre partenaire dans votre joue, vous pourrez respirer plus facilement.

99. Ouvrez sa braguette avec les dents.

100. Empilez une grosse quantité de feuilles, placez un plaid dessus et faites l'amour dans votre nid naturel.

101. Les hommes peuvent adoucir leur barbe grâce à des soins pour cheveux, leurs femmes les remercieront.

102. Vous n'aurez jamais une vie sexuelle ni un mariage épanoui si vous faites du chantage sexuel. Ne faites jamais la grève du sexe pour punir votre conjoint.

103. Attrapez la tête de votre homme et posez son visage contre votre poitrine. Il vous adorera pour ça !

104. Glissez doucement votre doigt dans sa bouche pendant que vous faites l'amour. Pendant qu'il vous pénètre doucement, faites glisser au même rythme votre doigt dans sa bouche.

105. Une pastille de menthe dans la bouche ajoute beaucoup au sexe oral.

106. Gardez les pastilles sur la table de chevet pour lutter contre l'haleine du matin également.

107. Pour lui faire la meilleure « branlette », utilisez toujours un lubrifiant (moins indispensable pour les hommes non circoncis).

108. Essayez cette technique. Placez votre main autour de son pénis avec le pouce et l'index à la base. Tandis que vous remontez le long de sa hampe, faites glisser votre paume sur son gland et redescendez de l'autre côté avec cette fois l'auriculaire en bas. Recommencez dans l'autre sens puis en boucle.

109. La plupart des femmes ne peuvent vraiment apprécier l'amour (et l'orgasme) quand elles sont détendues.

110. Un verre de vin ou deux l'aideront à se détendre, mais pour un homme, deux verres pourraient diminuer ses sensations s'il a des problèmes d'érection (notamment avec l'âge).

111. Si votre femme est tendue, commencez vos étreintes par un bain.

112. La plupart des gens n'aiment pas se voir en vidéo. La caméra vous fait paraître plus lourds et les ombres sont parfois peu flatteuses. Cela peut vraiment être une expérience décevante.

113. Si vous voulez vraiment garder un souvenir de vos ébats, faites un enregistrement audio. Repassez-le pour vous mettre dans l'ambiance ou glissez-le discrètement dans le lecteur audio de sa voiture. Vous serez certain qu'elle ne fera pas d'heures supplémentaires ce soir.

114. Ne plongez pas immédiatement la langue quand vous l'embrassez. Rajoutez-la graduellement, et parcourez toute sa bouche, sans vous limiter à entrer et sortir.

115. Faites-lui une surprise avec un petit cadeau emballé après avoir fait l'amour.

116. Dites à votre femme que vous avez un cadeau pour elle. Baissez votre pantalon pour révéler un pénis emballé ou au moins avec un nœud.

117. Une autre idée idiote consiste à faire un emballage cadeau avec un couvercle et un trou de l'autre côté. Glissez-y votre pénis quand vous poserez la boîte sur vos genoux.

118. Avec un doigt, caressez ses petites lèvres jusqu'à ce qu'elle soit lubrifiée. A ce moment, elle est probablement prête à ce que vous écartiez ses lèvres et placiez deux doigts de part et d'autre de son clitoris pour stimuler doucement cette zone.

119. Les femmes aiment généralement être caressées BEAUCOUP plus doucement que les hommes.

120. Les hommes aiment généralement être touchés PLUS fermement que les femmes.

121. Les hommes remarqueront que vous portez une nouvelle lingerie – même s'ils ne remarquent jamais que vous avez changé la couleur de vos cheveux.

122. Construisez chacun à votre tour une phrase excitante, en ajoutant un mot à la fois. Quand vous aurez terminé, faites ce que vous aurez créé. Mettez-vous d'accord à l'avance sur le nombre de mots.

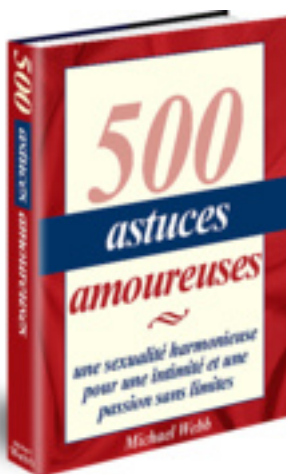
123. Si vous êtes à la limite de l'orgasme mais que cela ne vient pas, essayez de tendre vos bras, vos jambes, vos pieds ou votre ventre.

124. Des ampoules bleues vont créer une ambiance sexy et lisser les tons de peaux des femmes, qui trouvent un tel éclairage souvent flatteur.

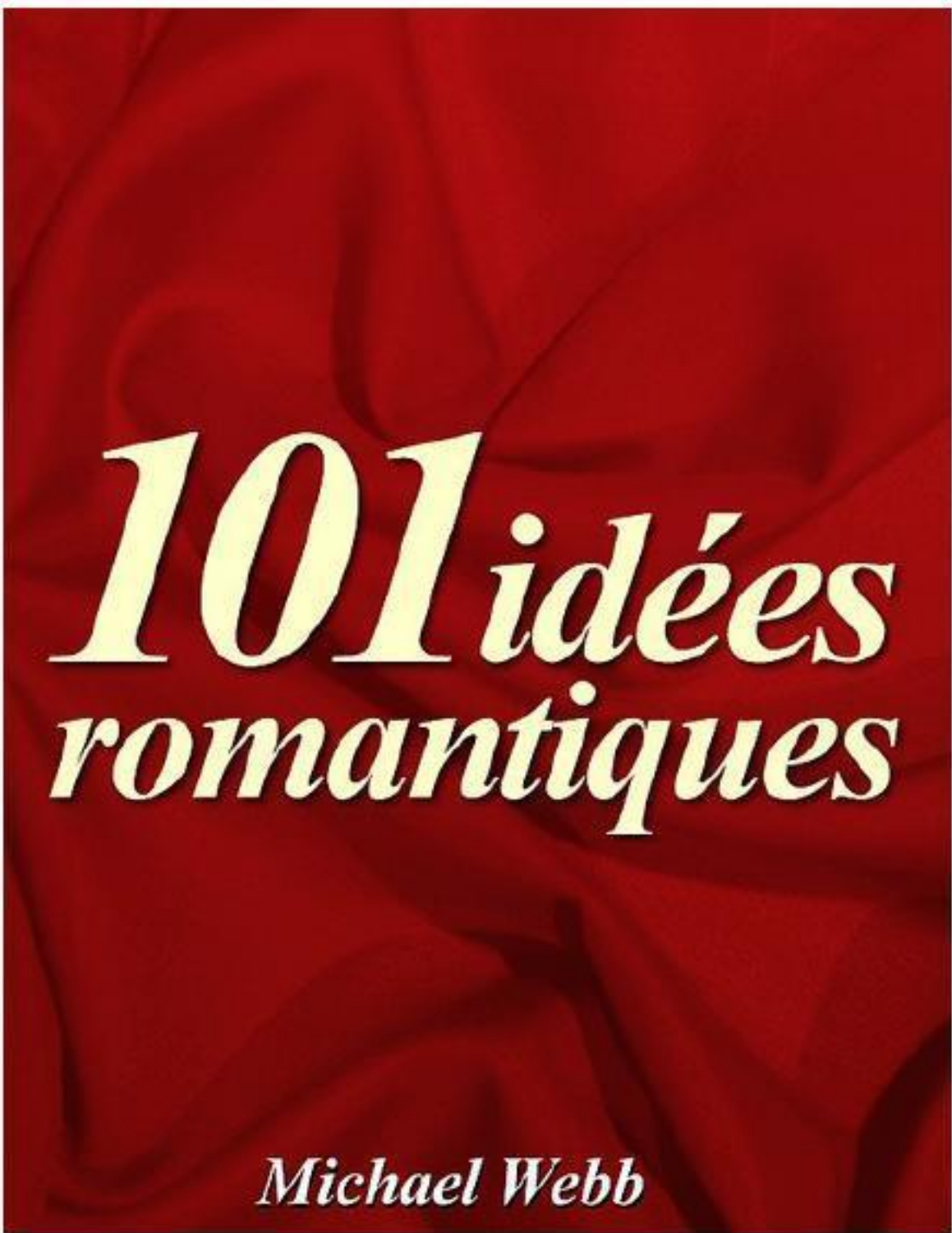
125. La lumière pourpre est donnée pour intensifier les orgasmes.

chapitres libres, termine ici...

Obtenir la Version Complète Maintenant!

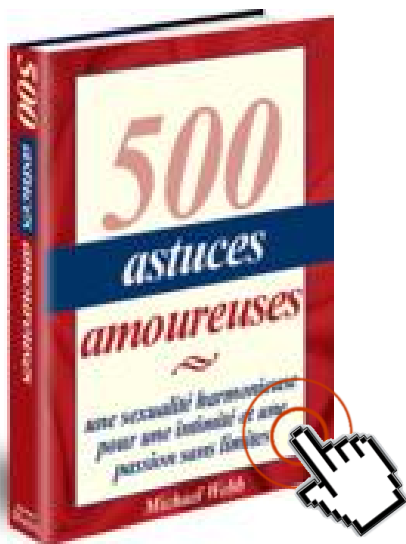


ACCÈS IMMÉDIAT

The background of the cover is a deep red fabric with a subtle, flowing texture, possibly silk or satin, which adds a romantic and elegant feel to the design.

101 idées romantiques

Michael Webb



101 IDEES ROMANTIQUES

Par Michael Webb, Fondateur de TheRomantic.com



IDEE N° 1

Si votre partenaire doit s'absenter pour plusieurs jours, dites-lui que vous êtes inquiet pour elle, et que vous lui avez pris un garde du corps pour la surveiller. Et tendez-lui un petit ours en peluche.



IDEE N° 2

Achetez un sachet d'étoiles phosphorescentes à coller, et placez-les au plafond au-dessus de votre lit pour dessiner un message comme «Je t'aime». Quand les lumières baisseront, votre message apparaîtra !



IDEE N° 3

Pour une grande occasion, offrez à votre partenaire un bouquet de onze roses rouges, et une rose artificielle. Placez la fausse fleur au milieu du bouquet, et joignez une carte qui dit :
«Je t'aimerai jusqu'à ce que la dernière rose se fane»



IDEE N° 4

Achetez un nom de domaine du nom de votre partenaire, s'il est disponible. Par exemple www.NathalieMartin.com. Créez une page web qui contiendra un poème romantique et la photo d'une rose.

Quand votre partenaire ira sur le web, demandez-lui de façon détachée si elle a déjà regardé si son nom a déjà été pris. Laissez-la saisir l'adresse et découvrir sa page.



IDEE N° 5

Achetez un élégant miroir à main et offrez-le en cadeau à votre partenaire. Glissez dans la boîte une carte sur laquelle vous aurez écrit
« Dans ce miroir, tu verras l'image de la plus belle femme du monde »



IDEE N° 6

Prenez le livre que votre compagne est en train de lire et, avec un crayon, soulignez dans une partie qu'elle n'a pas encore lue des lettres qui forment un message d'amour. Par exemple, dans l'extrait suivant, les lettres soulignées constituent le message secret «Je t'aime pour la vie».

«Monsieur le duc de B. ne prie que de jolies femmes. Ce soir-là il avait été heureux dans ses invitations; les hommes semblaient éblouis. Parmi tant de femmes remarquables il fut question de décider quelle était la plus belle : le choix resta quelque temps indécis; mais enfin la princesse Vanina Vanini, cette jeune fille aux cheveux noirs et à l'oeil de feu, fut proclamée la reine du bal. Aussitôt les étrangers et les jeunes Romains, abandonnant tous les autres salons, firent foule dans celui où elle était.» (Stendhal, Chroniques Italiennes - 1839).

Les lettres soulignées attiseront la curiosité de votre compagne, et avec un peu de chance elle les notera sur une feuille. Prenez le temps de dissimuler un message complet comme « Vanessa, je t'aime ma chérie »



IDEE N° 7

Faites livrer un bouquet sur le lieu de travail de votre compagne. Non seulement elle appréciera les fleurs mais surtout, elle attirera l'attention de ses collègues, elle sera au centre des conversations, ce qui lui fera encore plus plaisir.



IDEE N° 8

Echappez-vous le temps d'un week-end, et pendant une promenade ramassez une jolie pierre, douce et polie. Dites-lui que vous la garderez en souvenir de votre voyage. Plus tard, faites graver dessus un message comme «J'aime Rebecca» par un bijoutier, et offrez-la à votre partenaire.



IDEE N° 9

Conduisez dans la campagne et trouvez une jolie colline verdoyante. Allongez-vous dans l'herbe avec votre compagne et regardez les nuages. Jouez au jeu des enfants de reconnaître des formes dans les nuages.



IDEE N° 10

Prenez une feuille de papier et des crayons de couleurs. Dessinez un grand dessin enfantin, coloré, avec un soleil qui sourit et deux personnages en fil de fer qui se tiennent la main. Indiquez avec des flèches que les personnages portent vos noms et écrivez «Je t'aime» au milieu d'un grand cœur.

Puis, placez votre dessin dans une enveloppe grand format et imprimez une étiquette d'adresse très formelle à destination du lieu de travail de votre partenaire, telle que :

URGENT - A l'attention de :
Nathalie Durand
Service commercial
Collin et associés
75008 PARIS

Postez la lettre à votre compagne afin qu'elle la reçoive au beau milieu d'une journée de travail.



IDEE N° 11

Apprenez l'un des sonnets de Shakespeare et récitez-le à votre conjointe lorsque vous vous trouverez dans un endroit particulièrement romantique, par exemple un jardin botanique. Mais ne vous mettez pas d'un seul coup à réciter de la poésie, cela serait particulièrement maladroit.

Pendant que vous la serrez dans vos bras, demandez-lui en plaisantant si «Ca ne serait pas le moment idéal pour lui réciter un poème d'amour ?» Elle répondra probablement oui, en s'attendant à ce que vous lui récitiez quelque chose du genre «Les roses sont rouges, les violettes sont bleues...»

Mais au lieu de ça, regardez-la dans les yeux, souriez, et récitez le sonnet pendant que vous prenez doucement son visage dans vos mains. Si le texte est trop long, contentez-vous des quatre premières et des deux dernières lignes.

Sonnet n° 18

Te comparerai-je à un jour d'été ?
Tu es plus aimable et plus tempéré.
Les vents violents font tomber les tendres bourgeons de mai,
Et le bail de l'été est de trop courte durée.
Tantôt l'oeil du ciel brille trop ardemment,
Et tantôt son teint d'or se ternit.
Tout ce qui est beau finit par déchoir du beau,
Dégradé, soit par accident, soit par le cours changeant de la nature.
Mais ton éternel été ne se flétrira pas
Et ne sera pas dépossédé de tes grâces.
La mort ne se vantera pas de ce que tu erres sous son ombre,
Quand tu grandiras dans l'avenir en vers éternels.
Tant que les hommes respireront et que les yeux pourront voir,
Ceci vivra et te donnera la vie.



IDEE N° 12

Si votre partenaire doit travailler tard, remplissez une cantine ou une boîte à repas de ses aliments préférés : chocolat, infusion, cookies et un petit ours en peluche.

Puis, écrivez sur une feuille de papier :

«Kit de survie nocturne de Michelle»

Dessinez en-dessous une grosse croix rouge et placez la feuille au-dessus, à l'intérieur de la boîte. Dites à votre partenaire d'ouvrir la boîte lorsque les choses deviendront réellement difficiles pour elle.



IDEE N° 13

Si vous passez à côté d'un parc, dirigez-vous vers les balançoires et offrez-en une séance à votre compagne. Cela la ramènera à des souvenirs heureux de son enfance.



IDEE N° 14

Posez une rose avec une longue tige à un endroit où votre compagne la trouvera, accompagnée d'un message disant :

«Merci d'être entrée dans ma vie»



IDEE N° 15

Si votre compagne commence un nouveau travail, procurez-vous la bande originale du film «La mélodie du bonheur» et enregistrez la chanson «I Have Confidence» (J'ai confiance) sur cassette ou CD et enregistrez-vous à la fin de la chanson, disant

«Bonne chance, Chérie, j'ai confiance en toi.»

Donnez la cassette ou le CD à votre partenaire pour qu'elle le passe dans sa voiture en allant travailler



IDEE N° 16

Achetez une petite boîte de carton décorée, une feuille de papier de soie, de l'huile de massage et un bristol blanc.

Posez côte-à-côte le papier de soie et la boîte, placez l'huile dans la boîte et écrivez le message ci-après sur le bristol :

Je connais un excellent masseur
Pour tout rendez-vous, contactez :
(votre numéro de téléphone)



IDEE N° 17

Après que votre épouse ait eu une journée difficile, faites-lui couler un bon bain chaud. Versez des huiles et donnez-lui son bain doucement des pieds à la tête. Emmenez là jusqu'à la chambre, essuyez là délicatement et installez là confortablement dans un lit aux draps frais, en l'embrassant sur le front.



IDEE N° 18

Pour cette idée vous aurez besoin d'un lecteur audio portable. Si vous avez une chanson avec votre partenaire, chargez-la dans le lecteur et emportez-le avec vous lors de votre prochain week-end romantique.

Lorsque vous vous trouverez dans un endroit particulièrement indiqué, demandez à votre compagne si elle aimerait danser. Placez alors un écouteur dans son oreille, et un autre dans la vôtre et profitez de votre piste de danse privée.

Cette technique est particulièrement efficace si l'endroit romantique que vous aurez choisi n'est traditionnellement pas un lieu où l'on danse. Par exemple,

le dernier étage de l'Empire State building au coucher du soleil ou le sommet d'une colline lors d'une randonnée.



IDEE N° 19

Si votre compagne a un animal domestique qu'elle adore, en plus de lui offrir un cadeau de Noël, prévoyez-en un pour son animal également.



IDEE N° 20

Promenez-vous sur la plage. Tracez un immense cœur dans le sable, asseyez-vous au milieu et prenez votre compagne dans vos bras pendant que vous regardez le soleil se coucher.

Consultez notre sélection de documents, d'informations, de conseils sur les relations humaines, la romance, l'amour et la sexualité :



IDEE N° 21

Proposez une promenade à votre compagne. Dans un sac à dos, vous emporterez : un plaid de pique-nique, un choix de fruits dans de petites boîtes (fraises, raisins, pastèque, kiwi). Du fromage et des crackers, quelques sandwiches, une petite boîte de caviar, une demi-bouteille de champagne et des flûtes de plastique. Si elle vous demande ce que vous emportez, répondez-lui simplement «une veste et de quoi manger».

Quand vous aurez trouvé un endroit romantique, proposez-lui de s'arrêter pour manger sur le pouce. Ouvrez votre sac et sortez-en le contenu un par un, finissant par les verres et le champagne.



IDEE N° 22

Si vous jouez d'un instrument de musique, créez une ambiance romantique où vous pourrez jouer pour votre compagne. Par exemple, si vous jouez du saxophone, arrangez-vous avec sa colocataire pour qu'elle se trouve sur le balcon à 21h30 précises.

Vous vous serez préparé en avance, avec notamment un feu de Bengale accroché au pavillon de votre Saxo, que vous allumerez dès que votre amie apparaîtra sur le balcon. Jouez quelque chose de doux et romantique.



IDEE N° 23

Utilisez cette idée si votre partenaire part travailler alors que vous restez à la maison pour une raison ou pour une autre (vous êtes malade, ou faites du télétravail).

Dites-lui au revoir à la porte puis envoyez-lui immédiatement un e-mail à son adresse professionnelle. Le message dira simplement «Tu me manques déjà.»

Elle le trouvera dans sa boîte de réception en relevant ses messages à son arrivée.



IDEE N° 24

Si elle porte les cheveux longs, prenez le temps de les lui brosser avec de longs mouvements doux. Ce sera particulièrement agréable si elle sort de la douche ou se prépare à aller au lit.



IDEE N° 25

Pour une grande occasion comme son anniversaire, préparez-lui une chasse au trésor. Tout commence lorsque vous lui proposerez une promenade sur la plage.

Quand vous vous y rendrez, vous emmènerez un petit sac qui contient une bouteille préalablement préparée. Dedans, une carte au trésor à laquelle vous donnerez l'air authentique en brûlant ses bords avec une allumette. Tandis que vous marchez, faites glisser la bouteille hors de votre sac près de l'eau.

Pour ne pas être remarqué, vous devrez peut-être vous arrêter et l'embrasser. Marchez encore puis faites demi-tour et «trouvez» la bouteille. La carte indiquera la direction d'un café proche au moyen d'une ligne pointillée. Dans ce café, comme votre compagne ne saura quoi chercher, proposez-lui de simplement prendre une boisson.

Lorsque la serveuse se présentera avec la commande, elle dira à votre amie qu'elle trouvera ce qu'elle cherche sous la soutasse ou le sous-verre. En le retournant, elle y trouvera une clef scotchée. Bien évidemment, vous aurez arrangé tout ceci avec la serveuse, qui sera certainement heureuse d'aider un homme romantique dans ce genre de projet.

A la prochaine étape sur la carte, votre compagne trouvera ou se fera confier une bêche puis, à la dernière étape, elle découvrira un grand «X» fait de deux bâtons croisés. Elle creuse et découvre une boîte fermée qui, avec la clef, s'ouvrira sur le cadeau que vous aurez prévu pour elle.



IDEE N° 26

Proposez un rendez-vous à votre partenaire en lui envoyant une enveloppe kraft formelle, qui contient un enregistrement audio. Cet enregistrement contiendra la musique originale de la série «Mission Impossible» sur laquelle vous poserez votre voix disant «Votre mission, si vous l'acceptez, est de vous rendre au Café Venoli, 123 avenue du Parc à 18h30 heure de Paris.

Vous entrez en contact avec un homme incroyablement séduisant qui portera un œillet rouge. L'avenir du monde libre repose entre vos mains. Cet enregistrement s'auto-détruit dans cinq secondes». Puis, enregistrez 10 bips au moyen d'un chronomètre et ajoutez «Quoi ? Dix secondes, déjà ?». C'est idiot, mais ça fait toujours rire !



IDEE N° 27

Contactez la famille de votre amie et demandez-leur s'il y a quelque chose qu'elle avait toujours voulu durant son enfance.

Par exemple, si elle a toujours voulu une poupée de porcelaine, offrez-lui en une pour son anniversaire. Elle sera touchée par le cadeau mais également par le fait que vous ayez été prévenant au point de chercher ce qu'elle a toujours voulu.



IDEE N° 28

Organisez une séance photo professionnelle et faites-vous faire un portrait de couple. Placez la photo dans un cadre et mettez-la bien en vue. Rappelez-vous de prêter beaucoup d'attention à votre compagne afin de la préparer à la découverte.



IDEE N° 29

Ecrivez un mot qui dit

«J'ai pensé à toi aujourd'hui. Et ça m'a donné le sourire.»

Laissez le message à un endroit où vous êtes sûr qu'elle le trouvera.



IDEE N° 30

Pour la Saint-Valentin, offrez-lui un bracelet avec au moins 14 breloques. Otez chacune des breloques et faites en sorte qu'elle en «trouve» une par jour à partir du 1er février. Le jour J, offrez-lui le bracelet avec les breloques éventuellement restantes.



IDEE N° 31

Quand vous vous trouverez dans un centre commercial ou un aéroport, arrêtez-vous à un photomaton et choisissez si possible de tirer les photos sur autocollants. Si la machine le permet, choisissez un arrière-plan romantique et embrassez votre partenaire pendant que la photo est prise.



IDEE N° 32

Si votre partenaire dispose d'une messagerie vocale sur son lieu de travail ou son téléphone mobile, laissez-lui un message disant
«Je voulais juste que tu sache que je pense à toi.»
Elle appréciera encore plus si sa charge de travail au bureau est importante.



IDEE N° 33

Organisez un voyage mystère pour vous deux. Certaines agences de voyage proposent de tels packages où la destination n'est révélée que dans l'avion, voire à l'atterrissage.



IDEE N° 34

Achetez des pétales de roses et placez-les derrière le pare-soleil du côté passager de votre voiture. Ecrivez sur un bloc note autocollant «Je t'aime», et collez-le sur le miroir du pare-soleil.

Pendant que vous conduisez vers un endroit romantique, regardez votre compagne et dites-lui qu'elle a une trace sur la joue. Elle baissera le pare-soleil pour utiliser le miroir de courtoisie, sera inondée de pétales de roses et trouvera votre message.



IDEE N° 35

Si elle part en déplacement, placez un petit cadeau dans un coin de sa valise, qu'elle trouvera lorsqu'elle sera loin.



IDEE N° 36

Lorsque vous fêterez votre anniversaire, faites graver deux flutes à champagne avec vos noms et la date du jour, par exemple :

Max et Christine

7 mai 2011

Rendez-vous au restaurant où vous aurez réservé et demandez à ce que votre champagne soit servi dans vos flutes gravées. Ce sera une excellente surprise pour elle et un souvenir à conserver pour vous deux.



IDEE N° 37

Pour une grande occasion, son anniversaire par exemple, achetez 24 roses rouges. Dites-lui de vous retrouver à un endroit particulier du centre commercial avant de vous rendre au restaurant où vous dinerez. Arrivez en avance et cachez-vous à quelques mètres de votre point de rencontre. Demandez à un passant s'il accepterait de vous aider.

Donnez-lui une rose, montrez-lui votre amie et demandez-lui de se diriger vers elle en disant «Joyeux anniversaire, Hélène» en lui offrant la fleur. Répétez l'opération avec onze autres hommes, choisissez-les d'âges différents et pas trop séduisants.

Idéalement, la dernière rose pourrait être offerte par un enfant, éventuellement accompagné de ses parents.

Après que les 12 premières roses ont été distribuées, rejoignez votre compagne avec les 12 roses restantes.



IDEE N° 38

Soyez toujours à l'écoute des souvenirs de votre compagne, et notez-les quelque part. Par exemple, elle parle peut-être de son glacier préféré lorsqu'elle était petite fille.

A la prochaine grande occasion, vérifiez votre liste et essayez de recréer un souvenir. Par exemple, rendez-vous au magasin et achetez une glace à emporter, en vous assurant que le nom du glacier est bien indiqué sur la boîte.



IDEE N° 39

Confectionnez un montage en rassemblant des photos de vous deux, des tickets de spectacles et tout autre souvenir qui a une signification particulière pour vous deux.

Deux options s'offrent à vous : faire encadrer par un professionnel un montage en trois dimensions ou bien achetez un cadre et réalisez vous-même un montage conventionnel.



IDEE N° 40

Procurez-vous une boîte de bois gravé, tapissée de feutrine verte ou rouge. Trouvez ensuite une vieille clef et placez-la dans la boîte.

Enfin, faites graver une petite plaque dorée avec les mots

La clef de mon cœur

Fixez la plaque à l'intérieur du couvercle afin qu'elle soit lisible quand la boîte est ouverte.



IDEE N° 41

Achetez un arbre avec votre compagne, et plantez-le à un endroit bien particulier. Chaque année, pour votre anniversaire, allez prendre une coupe de champagne autour de votre arbre et parlez de combien votre amour a grandi lui aussi.



IDEE N° 42

Si vous êtes le premier à utiliser la salle de bains le matin, écrivez un message comme «Pierre aime Cathy» dans la buée sur le miroir. Elle le lira quand elle utilisera la salle de bains à son tour. Cela fonctionne aussi en hiver, sur le pare-brise de la voiture.



IDEE N° 43

Faites-lui un cadeau spécial : donnez son nom à une étoile. De nombreuses agences astronomiques permettent aux particuliers de baptiser des étoiles, vous recevrez une documentation officielle qui vous permettra d'identifier «votre» étoile.



IDEE N° 44

Trouvez une bande dessinée qui a un rapport avec quelque chose que vous partagez avec votre partenaire. Par exemple, si vous travaillez ensemble, vous trouverez probablement un épisode de Dilbert qui rappelle quelque chose de votre entreprise.

Faites-en un agrandissement à la photocopieuse, et effacez le texte avec du «blanc». Imprimez votre propre texte qui parle de vous deux et collez-le aux emplacements correspondants. Photocopiez de nouveau l'ensemble pour que votre texte ressemble au texte original.

Pour une touche supplémentaire, plastifiez votre BD personnalisée avant de la lui offrir.



IDEE N° 45

Lorsque vous partirez vous reposer quelques jours, prévoyez de vous lever tôt un matin, et rendez-vous à un emplacement panoramique pour regarder le soleil se lever.

Cela semble difficile, mais c'est une chose qu'il faut véritablement avoir fait une fois dans sa vie. Voir naître une nouvelle journée est vraiment quelque chose de spécial à partager avec son ou sa partenaire.



IDEE N° 46

Lorsque vous aurez accès à un jacuzzi, créez une atmosphère romantique en disposant des bougies autour de la baignoire et des pétales de rose sur l'eau.

Pendant que votre partenaire profite de son bain, servez-lui du champagne et des fraises nappées de chocolat avant de venir la rejoindre.



IDEE N° 47

Créez des bons que votre partenaire peut échanger contre certaines faveurs romantiques.

Par exemple, vous pourriez avoir un bon qui dit

Ce bon donne droit à :

Un Massage des Pieds.

A utiliser avant le 07/08/2045

Utilisez une date des années dans le futur si vous voulez suggérer que vous serez ensemble à jamais.



IDEE N° 48

Par une douce nuit d'été, organisez un pique-nique dans le jardin. Etendez un plaid et préparez des amuse-gueules, des chocolats et du champagne.

Allongez-vous sur la couverture et regardez les étoiles ensemble.



IDEE N° 49

A la prochaine grosse averse, sortez faire une promenade tous les deux. Et oubliez les parapluies et les imperméables ! Courez ensemble dans les rues, sautez dans les flaques et soyez complètement trempés.

Prenez-la dans vos bras, portez-la et embrassez-la pendant que la pluie tombe. Goutez l'eau sur son visage et serrez-la contre vous.

De retour à la maison, prenez une douche brûlante et partagez une boisson chaude, si possible devant la cheminée.



IDEE N° 50

Préparez-lui une surprise : une randonnée en montgolfière. La majorité des balades commence par une coupe de champagne avant de flotter au-dessus du paysage avec votre compagne.



IDEE N° 51

Quand votre compagne est assise à une table ou à un bureau, approchez-la par derrière et massez-lui le dos, les épaules et la tête. Finissez par un baiser sur la joue.



IDEE N° 52

Un jour banal, passez une annonce dans le journal qui dit quelque chose comme :

Chère Amandine,
Avec toi à mes côtés
Chaque jour est une Saint-Valentin.
Merci d'être toi,
Je t'aime,

Alain.



IDEE N° 53

Achetez un livre qui vous intéresse tous les deux.

Chaque soir au lit, vous lirez à haute voix un chapitre à tour de rôle.

Cela sera une excellente alternative à la télévision.



IDEE N° 54

Pendant que votre partenaire prend son bain ou sa douche, passez une serviette au sèche-linge pour qu'elle soit bien chaude. Enveloppez-la dans la serviette lorsqu'elle sortira de l'eau.



IDEE N° 55

Photocopiez votre main et faxez la copie à votre compagne avec un message disant «Tu me tiens la main ?».



IDEE N° 56

La prochaine fois que vous commanderez une pizza, demandez à ce qu'elle soit coupée en forme de cœur avant d'être livrée.



IDEE N° 57

Achetez une boîte de chocolats et ouvrez délicatement un côté de l'emballage plastique pour sortir la boîte. Ouvrez et glissez-y un mot d'amour. Remettez la boîte dans l'emballage et scellez-le.



IDEE N° 58

Louez un tandem et partez en promenade avec votre compagne. A la fin de la balade, allez faire un pique-nique dans un parc.



IDEE N° 59

Si vous partez en voyage d'affaires, faites un documentaire d'une journée type. Par exemple :

«Une journée dans la vie de Max»

6:00 - Je viens de me réveiller et je pense à toi. J'aimerais que tu sois allongée à côté de moi. Bon... Je ferais mieux de me préparer.

7:00 - Dans le train. C'est bondé, les voyageurs ont tous l'air à moitié morts. Tu me manques beaucoup.

8:30 - Tout juste organisé ma journée. Ça va être tendu.

9:30 - Au milieu d'une réunion vraiment barbante. J'essaye de me concentrer sur ces chiffres des ventes mensuelles mais je ne peux m'empêcher de penser à tes jolis yeux.

...

18:30 - Merci Seigneur, la journée est finie. Je compte les jours jusqu'à nos retrouvailles.

Envoyez la lettre à votre compagne. C'est une façon merveilleuse de lui dire à quel point vous pensez souvent à elle dans la journée, et de partager votre vie avec elle d'une façon bien particulière.



IDEE N° 60

Parlez à ses parents pour connaître son livre préféré de petite fille.

Achetez un exemplaire du livre, et lisez-le-lui le soir au lit.



IDEE N° 61

Ecrivez une histoire par e-mail avec votre compagne. Ouvrez le bal avec un message qui dit quelque chose comme :

Chapitre I :

C'est l'histoire de Pierre et Catherine qui se sont rencontrés au cours d'une fête de fiançailles par une belle soirée d'été.

L'e-mail peut ensuite développer le début de l'histoire ou bifurquer vers un récit complètement fictif, ou mêlant la réalité et la fiction.

Finissez votre message par «Pour le Chapitre II, c'est à ton tour...»

Les MEILLEURES informations que j'ai vues pour aider les couples à se rapprocher

(Qu'ils soient dans une relation à distance ou non)



IDEE N° 62

Achetez un cerf-volant et, un jour de grand vent, allez au parc ou sur la plage pour le faire voler à deux.

Si possible, achetez-en un grand qui se contrôle à deux. Ils sont bien plus amusants.



IDEE N° 63

La prochaine fois que vous prévoyez un dîner au restaurant, proposez plutôt d'un «Dîner aventure». Voici le principe.

Programmez le compte à rebours de votre montre sur vingt minutes. Puis, demandez à votre compagne de choisir un nombre entre 5 et 10. Admettons qu'elle choisisse 7.

Donnez-lui une pièce et dites-lui que, tous les 7 croisements, elle devra tirer à pile ou face. Face, vous tournerez à gauche et pile, à droite. Quand votre montre sonnera les 20 minutes écoulées, vous chercherez ensemble l'endroit le plus proche pour dîner.

C'est une façon amusante de sortir et un bon moyen de découvrir de nouveaux restaurants.



IDEE N° 64

En partant pour une soirée un peu élégante, prenez votre appareil photo et attendez-la devant chez elle. A sa sortie, bombardez-la avec le flash et en même temps, inondez-la de questions, comme s'il s'agissait d'une actrice célèbre à qui vous devez arracher un scoop pour votre magazine.

C'est non seulement amusant, mais aussi un bon moyen d'avoir de jolies photos-souvenirs.



IDEE N° 65

Si elle doit garder le lit à la maison, prenez un jour de congé pour vous occuper d'elle.

Louez des vidéos, préparez-lui une soupe, recouvrez-la d'une couverture et restez simplement avec elle.



IDEE N° 66

Un soir, pendant le dîner, demandez-lui ce qu'elle a toujours voulu faire. Notez ces choses pour ne pas les oublier et faites en sorte qu'elles arrivent. Par exemple, elle peut vous dire avoir toujours voulu nager avec des dauphins. Cherchez où il est possible de le faire et faites-lui la surprise de réaliser son souhait.



IDEE N° 67

Louez le film «Elle et lui». Achetez du popcorn, du champagne et des fraises nappées de chocolat pour vous faire une séance de cinéma à la maison.



IDEE N° 68

Allez au drive-in mais au lieu de rester dans la voiture, étendez un plaid sur le sol. Allumez une bougie, sortez le popcorn, prenez votre amie dans les bras et profitez du film.



IDEE N° 69

Créez une couverture de magazine personnalisée pour votre compagne. Pour cela, vous aurez besoin d'une bonne photo d'elle et d'un exemplaire d'un magazine.

Donnez ces éléments à un imprimeur ou un studio de création. Demandez-leur de scanner la photo et de créer une couverture de magazine avec comme dossier spécial «Les 30 plus belles femmes de 2011».

Quand la couverture sera imprimée, collez-la sur le magazine et demandez à votre marchand de journaux de vous laisser le placer temporairement dans les rayons. Donnez rendez-vous à votre amie au magasin avant de sortir, dites-lui juste que vous cherchez un magazine et laissez la trouver celui que vous lui avez confectionné.



IDEE N° 70

Remplissez le coffre de votre voiture avec des ballons d'hélium. Conduisez jusqu'à un endroit romantique dans la campagne, où vous pourrez vous promener. L'emplacement idéal est en hauteur avec une vue dégagée sur les environs.

Sortez de la voiture et faites comme si vous vous prépariez à la promenade. Assurez-vous que votre compagne est plus proche que vous de la voiture, et jetez-lui vos clefs en lui demandant de prendre votre veste dans le coffre pendant que vous refaites votre lacet.

Quand elle ouvrira le hayon, les ballons seront libérés. Vous pouvez également ajouter à l'intérieur un mot qui dit «Je t'aime» et qu'elle lira à l'ouverture.



IDEE N° 71

Pour une occasion spéciale, créez un cadeau unique pour votre compagne. Achetez deux T-shirts blancs et de la peinture pour tissus. Dessinez un demi-cœur et les lettres LO sur l'un et l'autre demi-cœur et les lettres VE sur l'autre T-shirt.

Quand vous marcherez côte à côte en vous serrant l'un contre l'autre, le cœur sera reconstitué et votre message apparaîtra.



IDEE N° 72

Pendant les grandes chaleurs de l'été, achetez deux gros pistolets à eau et emmenez-les à la plage.

Sortez-les de votre sac, lancez-en un à votre compagne et en avant pour un grand duel !



IDEE N° 73

Partagez votre repas avec votre amie. Lorsque vous sortez manger, tendez lui une fourchette pleine en lui disant «Il faut que tu goûtes ça».

Partager votre nourriture, voire même vous nourrir mutuellement est un excellent moyen de vous rapprocher.



IDEE N° 74

Complimentez-la en public. Dès que la conversation du groupe où vous vous trouvez le permet, dites quelque chose comme «Cathy fait un rôti Incroyable !». Serrez sa main lorsque vous parlez d'elle.



IDEE N° 75

Préparez-lui une journée de congé loin du bureau. Commencez par lui préparer le petit déjeuner. Allez faire une promenade dans le parc, puis faire du shopping, ensuite prenez le thé dans un élégant salon de thé et finissez par un dîner romantique.



IDEE N° 76

Achetez un bon-cadeau pour un massage facial auprès d'un institut de beauté, placez le dans une carte de vœux accompagnée du message, Un traitement spécial pour quelqu'un de spécial



IDEE N° 77

Même si vous revenez simplement d'acheter le pain à la boulangerie du coin, faites comme si vous reveniez à la maison après une véritable épopée. Dites quelque chose comme «C'était terrible dehors. Le froid, les loups... Mais je m'en suis tiré !» puis serrez-la avec une (gentille) prise de l'ours.



IDEE N° 78

Envoyez-lui un mot de remerciement. Comme par exemple :

Rebecca chérie,

Merci de m'avoir aidé avec les meubles,
T'avoir eue avec moi a vraiment tout changé
Merci pour ton aide et pour ton amour.

Thomas.



IDEE N° 79

Si vous avez des enfants, laissez-les à leurs grands-parents pour le weekend.
Le vendredi soir, annoncez que le weekend vous appartient et commencez à réfléchir à la façon dont vous aller profiter de votre temps libre ensemble.



IDEE N° 80

Donnez à votre compagne une boîte à cadeaux magique. Chaque mois, placez dedans un petit cadeau qu'elle pourra découvrir.



IDEE N° 81

Identifiez le passe-temps préféré de votre partenaire et trouvez un cadeau qui lui sera vraiment très utile. Plus le cadeau sera spécialisé, plus il aura d'impact. Parlez à ses parents, à ses amis, et cherchez sur le net les informations dont vous aurez besoin.



IDEE N° 82

Rendez-vous à un bal masqué. Envoyez une invitation à votre conjointe, qui lui donne rendez-vous à un endroit précis à 20 heures sonnantes. Portez un masque et ne dites rien lorsque vous la rejoindrez. Prenez-la simplement par la main et entraînez-la vers la piste de danse.



IDEE N° 83

Demandez-lui le jeudi de préparer un sac pour le weekend. Dites-lui qu'elle n'aura besoin que de vêtements confortables et de chaussures de marche, mais ne lui parlez pas de ce que vous avez prévu.

Prenez-la vendredi à sa sortie du bureau et conduisez-la à un bled & breakfast pour un weekend de détente à deux.



IDEE N° 84

Un soir où vous serez tranquilles à la maison, prenez deux feuilles de papier et dessinez sur chacune la forme d'une boule de cristal sur son support. Dites à votre partenaire de regarder dans la boule et de dessiner ce qu'elle voit cinq ans dans le futur. Faites la même chose et puis discutez ensemble de vos dessins.



IDEE N° 85

Trouvez un surnom tendre pour votre partenaire. Il pourra s'agir du surnom qu'elle avait étant enfant ou bien quelque chose de vraiment personnel à vous deux.



IDEE N° 86

Si vous avez un talent musical, écrivez une chanson d'amour pour votre compagne, appelez-la quelque chose comme «Natacha's Song». Imprimez les paroles de façon professionnelle et faites les encadrer. Enregistrez votre chanson sur CD, utilisez une photo de votre compagne pour en faire la jaquette du CD.

Placez le manuscrit et le CD dans une boîte que vous lui offrirez en une occasion spéciale.



IDEE N° 87

Allez chercher votre partenaire pour un rendez-vous, et bandez-lui les yeux avant de la conduire à destination.

Choisissez une destination vraiment inattendue comme une table au bord d'une falaise, un dîner sur un bateau ou un vieux gréement. Il doit s'agir de quelque chose qui la marquera vraiment quand elle ôtera le bandeau.



IDEE N° 88

Lancez-vous dans une vraiment grosse bataille d'oreillers. Préparez la guerre en achetant deux oreillers remplis de plumes, pratiquez quelques trous pour que les plumes s'envolent et attaquez au bon moment !



IDEE N° 89

Faites une grande randonnée. Après une journée de randonnée, préparez un feu de camp. Asseyez-vous côte à côte, faites griller des marshmallows et regardez les flammèches s'échapper vers le ciel.



IDEE N° 90

Si votre amie utilise un ordinateur, prenez une photo de vous deux, faites la scanner au besoin et enregistrez-la comme fichier BMP.

Transférez le fichier sur son ordinateur et faites-en son fond d'écran.

Sous Windows cette manipulation se fait par Démarrer/Réglages/Panneaux de configuration/affichage. Prenez l'onglet «fond d'écran», bouton «parcourir» pour désigner votre fichier.



IDEE N° 91

Si vous avez un talent artistique, prenez des cours de perfectionnement et demandez-lui de poser pour vous.



IDEE N° 92

Emmenez-la à un festival ou une foire, essayez les thématiques suivantes :

1. Foire aux spécialités
2. Festival de Jass
3. Foire aux vins
4. Festival de musique



IDEE N° 93

Préparez une capsule temporelle vidéo. Commencez par vous deux assis côte à côte sur le canapé qui présentez la vidéo.

Dites quelque chose comme
«Nous sommes aujourd'hui le 4 juillet 2011. Nous avons décidé de faire cette vidéo pour pouvoir la visionner le jour de notre 25e anniversaire de mariage».

Puis il y aura une partie où vous parlerez d'elle seul devant la caméra, et expliquerez pourquoi vous l'aimez. Faites lui faire la même chose. Une fois la cassette enregistrée, déposez la dans un coffre à la banque. Le jour de vos 25 ans de mariage, vous pourrez regarder en arrière et vous souvenir de tout ce que vous aurez partagé.



IDEE N° 94

Si vous êtes dans un endroit retiré au bord de l'eau, lancez-vous dans un bain naturiste improvisé.



IDEE N° 95

Celle-ci est parfaite dans le cadre des relations à distance. Il faut un peu d'organisation, mais si vous y parvenez, votre compagne n'oubliera jamais cette surprise. Faites en sorte de lui parler régulièrement sur internet via une Chat room ou une Messagerie Instantanée. Préparez secrètement votre venue.

A l'heure de votre rendez-vous sur le Net, demandez à un ami de se connecter avec votre compte pendant que vous vous approchez de la porte de votre compagne. Appelez votre ami et dites-lui directement quoi écrire. Par exemple la phrase «Tu me manques vraiment ma chérie, j'aimerais être là, prêt à frapper à ta porte». Dès que le message est envoyé, frappez à la porte !



IDEE N° 96

Achetez un poisson rouge à votre compagne, et donnez-lui avec une carte qui dit :

«De tous les poissons dans la mer,
Tu es celui qui est fait pour moi»



IDEE N° 97

Partez pour une promenade en voiture, tôt le matin ou au crépuscule. Jouez un CD de sons de la nature pendant que vous conduisez en tenant la main de votre compagne.



IDEE N° 98

La veille de l'anniversaire de votre partenaire, achetez des ballons d'hélium, des serpentins et des fleurs. Cachez-les.

Pendant qu'elle dormira, accrochez les serpentins dans sa chambre et sortez les fleurs et les ballons. Places les autour du lit pour qu'elle se réveille au milieu d'une vraie fête d'anniversaire.



IDEE N° 99

Passez une après-midi de détente dans l'un de ces grands magasins de livres où l'on peut passer des heures dans les rayonnages. Installez-vous à un café et plongez-vous dans vos achats.



IDEE N° 100

Si vous pouvez vous le permettre, louez une voiture de sport pour le weekend. Allez chercher votre compagne, offrez-lui une longue écharpe de cachemire blanc à porter avec ses lunettes de soleil. Allez conduire en décapotable le long de la côte.



IDEE N° 101

Servez-lui le petit déjeuner au lit. Essayez le menu suivant :

1. Un œuf poché en forme de cœur. Les moules de cette forme se trouvent facilement
2. Du pain grillé avec de la cannelle et du sirop d'érable
3. Des céréales
4. Un jus de fruit.
5. Une fleur fraîche



